

## 美國與台灣適應體育發展之探討

陳張榮／國立體育大學

## 壹、前言

適應體育 (Adapted Physical Education)，是為身心障礙學生設計的體育課程，讓身心障礙學生能接受正常學生一樣品質的體育活動。適應體育的實施，除了提供更多的身體活動機會之外，也可以提升學生的健康體適能，改善學生現有的活動能力，增進日常生活的獨立自主，自信心和改善社會人際關係（關月清、游添燈，1998）。依據我國特殊教育法第十八條之規定：特殊教育與相關服務措施之提供及設施之設置，應符合適性化、個別化、社區化、無障礙及融合之精神。第二十八條：高級中等以下各教育階段學校，應以團隊合作方式對身心障礙學生訂定個別化教育計畫...（教育部，2013）。從以上特殊教育法之規範，可看出「適性的教育安置」和擬定「個別化教育計畫」(Individual Education Program, IEP) 是身心障礙學生實施適應體育兩個重要準則。

目前我國各級學校對於身心障礙學生的「個別化教育計畫」擬定與推展不遺餘力，也有其具體成效。然而，從各級學校對於身心障礙學生的「個別化教育計畫」擬定與教學設計可以看出，其主要的內容偏重在改善學生學業學習（國文、數學）及生活教育為主（林幸台等，1994）。至於針對改善身心障礙學生的身體動作發展及提升體適能而設計的體育教學「個別化

教育計畫」仍普遍闕如。如前所言，適應體育教學不但可以提升學生的健康體適能，改善學生現有的活動能力外，增進日常生活的獨立自主，增進自信心和改善人際關係，同時它的最終目標是培養學生的自我實現能力（Sherrill, 2004）。因此，本文將介紹美國適應體育的推展與措施，並分析我國適應體育施行現況及面臨的問題，進而提出建議，供國內教育單位及各級學校在未來推展適應體育政策與實務之參考。

## 貳、美國適應體育發展與相關措施

美國在適應體育的推展及為身心障礙學生擬定個別化教育計畫(IEP) 的體育教學，已有三十多年的歷史。以下將針對適應體育推展的相關政策與具體的措施作說明。

## 一、法令依據

(一) 美國 1975 年聯邦法令頒布「殘障兒童教育法案」(The Education of All Handicapped Children Act)，亦稱為 94-142 公法，為適應體育的推展，提供第一個法令基礎。它要求州教育當局對身心障礙學生提供免費、適當的公立教育 (free appropriate public education)，為有特殊需要的學生擬定體育教學的 IEP 及將學生安置在最少限制的環境的具體保障 (Sherrill, 2004)。

(二) 在延伸及擴展 94-142 公法

的精神下，1990 年聯邦法令 101-146 公法將身心障礙兒童教育法案名稱更正為身心障礙者教育法案 (The Individual with Disabilities Education Act, 簡稱 IDEA)，體育被界定是特殊教育的一部分，體育課程是唯一被明文列入特殊教育的範疇 (Block, 1999)。

(三) 1997 年 105-17 公法的 IDEA 修正法案中具體的要求特殊教育教師 (special education teachers) 與一般教師 (general education teachers) 對身心障礙學生教學上密切合作，兩者都必須是擬定 IEP 小組中的成員，共同肩負起為身心障礙學生提供適應體育教學的責任 (Yell, 1997)。

### 二、專業人才的培育

適應體育專業人才的培育對於推展與執行身心障礙學生的體育教學有直接的關係。1978 年，路伊斯安納是美國第一個州要求聘用具有適應體育證書的教師 (Sherrill & DePauw, 1997)。另一方面各大學開始開設適應體育課程讓大學生選修。位於 Brockport 的 State University of New York 更是全世界第一個開設適應體育碩士課程，現今已有許多大學開設此課程。德州女子大學 (Texas Woman's University)、印第安那大學 (Indiana University)、奧勒岡州立大學 (Oregon State University)、俄亥俄州立大學 (Ohio State University) 和維吉尼亞大學 (University of Virginia) 的博士班課程更是培育適應體育專業人才

的搖籃 (Sherrill 等)。

### 三、評量工具的發展

身心障礙學生體育教學 IEP 的擬定，需要標準化的評量工具，經由測量結果，評估學生的動作能力發展與障礙程度，以供建立 IEP 與教育安置的參考。美國在幾位適應體育的專家學者的推動下已發展多種評量工具供一般體育教師或適應體育教師使用。

(一) Wessel (1976) 融合評量、課程，和教學設計理論而發展的 ICAN，評估兒童身體意識和身體控制的能力。

(二) Dunn、Morehouse 和 Fredericks (1986) 融合行為管理理論和體育方案發展出重度失能者的 *Data Base Gymnasium* 課程。

(三) Winnick 和 Short (1999) 針對視障、智障、腦性麻痺、脊椎、先天異常、截肢對象發展之 Brockport 體適能檢測方法。

(四) Ulrich (2000) 針對幼兒大肌肉動作發展的能力而設計的大肌肉動作能力發展測驗 (Test of Gross Motor Development-2, 簡稱 TGMD-2)。

(五) 美國路易斯安那州為身心障礙學生動作能力檢測發展的適應體育能力檢測辦法 (Competency Testing for Adapted Physical Education, 簡稱 CTAPE) (Louisiana Department of Education, 2001)。

(六) Bruininks (2005) 發展並修正之布因氏動作能力測驗 (Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency 2<sup>nd</sup> ed., 簡稱

BOT-2) ，用以評估動作技能的能力與動作缺陷程度。

(七)Henderson、Sugden 和 Barneet (2007) 發展包含量化資料與質性觀察評估動作協調能力的測驗 (Movement Assessment Battery for Children-2，簡稱 Movement ABC-2)。

#### 四、體育教學的個別化教育計畫 (IEP)

個別化教育計畫是一份正式的特殊教育文件，法令中規定，每一位身心障礙學生必須有一份屬於自己的正式教學計畫方案，所有的教學服務須基於此方案的教學目標來實施。因此，當學生的身心障礙對動作技能與身體適能的發展造成不良影響時，所有相關人員必須在合作的團隊下，針對身心障礙學生的特殊性與需求，發展適合的體育教學 IEP 並提供適宜的教育安置 (Auxter, Pyfer, Zittel, & Roth, 2010)。

#### 五、理念的倡導

美國適應體育的推展雖然有法令為基石，但是另一個重要的動力是專家的倡導。Sherrill (2004) 認為：倡導是針對重要理念的一種行動的擁護，兩個重要的理念是適應體育專業人員必備的：

(一) 人人具有享受高品質體育教學的權利。

(二) 摒除在態度、生活型態及建築設備對身心障礙者的藩籬，因為這種藩籬往往剝奪身心障礙者參與身體活動、享受休閒生活與終身運動的機會與權利。

#### 六、適應體育國家標準 (Adapted

Physical Education National Standard) 與國家證照考試 (Nation Certification Examination)

(一) 適應體育國家標準 (Adapted Physical Education National Standard)

美國 1990 年修正的 IDEA 法案規定，提供每位身心障礙學生符合其需求的適應體育教學服務。然而，該法規對「有資格」提供服務的對象界定並不周全，況且當時美國大多數的州並沒有認可適應體育師資的證照及檢定師資的標準 (Kelly, 1995)。於是在 1991 年全國身心障礙者體育與休閒協會 (National Consortium for Physical Education and Recreation for Individuals with Disabilities) 的主導下，開始發展一套適應體育國家標準。該標準依據適應體育教師的實務工作分析，確立 15 個標準，內容分為：人類發展、動作行為、運動科學、測量與評估、歷史與哲學、學習者特性、課程理論與發展、評量、教學設計與計畫、教學、諮商與團隊發展、計畫評鑑、在職教育、倫理道德、和溝通。每個標準進一步劃分為五個層次，前三個層次是一般體育教師須了解的內容，後兩個層次是每位適應體育教師必須具備的知識。

(二) 國家證照考試 (Nation Certification Examination)

國家證照考試是針對符合申請資格及有意願成為適應體育專業人員舉辦的一種國家檢定考試。國家檢定考試申請資格包括修習適應體育課程、實際教學經驗，

認可的適應體育實習或助理教學時數等條件。通過國家檢定考試者將獲得一份證書，成為正式的適應體育教師 (Certified Adapted Physical Educator, CAPE)，可以 CAPE 頭銜冠於姓名後，以顯示其專業地位，證書的有效期限是 7 年 (National Consortium for Physical Education and Recreation for Individual with disabilities, 2006)。以 2004 年為例，美國有 14 個州晉用通過國家證照者為合格的適應體育教師 (Texas Association for Health, Physical Education, Recreation & Dance, 2005)。美國在適應體育國家標準與國家證照考試的推展，無疑是增加適應體育專業人員的培育與任用，鼓勵更多人投入適應體育。更重要的是對適應體育專業的保證，提高適應體育服務的品質。

### 參、台灣適應體育推展現況

台灣適應體育發展較美國為晚，雖然教育部在 1970 年代曾陸續頒布相關規定，指出身心障礙學生不得免修體育、學校應提供適合身心障礙學生的體育教學課程與評量方式、及實施個別化教學等系列措施；但此時期，仍屬較無計畫性的發展。直到 1993 年的「發展與改進特殊教育五年計畫」，其中的第 11 項子計畫「推廣特殊體育及殘障運動計畫」首次出現「特殊體育」一詞。1999 年為因應國際領域名詞的更改，故將國內慣用之「特殊體育」改為「適應體育」。根據教育部體育司 (2010) 研究指出，國內適應體育的發展，自 1993

年頒布「發展與改進特殊教育五年計畫」開始真正進入長期、有計畫性且連貫性的執行考核階段。第一階段於 1994 年開始執行為期四年的「改進特殊體育教學計畫」，從了解國內當時適應體育教學現況的各項調查做起，對國內各級學校適應體育教學實務的因難和需求，有系統整理並提出問題所在，以確立計畫執行和改進推展的重點。主要執行項目包括：研修特殊體育法規、改進特殊體育教學課程、教材教法及教學指引、健全特殊體育教學評量制度、加強特殊體育教學之師資培育及進修、改進特殊體育教學環境設備、加強特殊體育教學研究發展等六大項。並透過「使學校了解 IEP 的製作」、「辦理研習活動推廣適應體育」、「大專院校課程設置專班建置師資」，以求逐步落實。1999 年 10 月，公布「適應體育教學中程發展計畫」，則進入第二階段的發展計畫。計畫中明訂：教學與策略、教材與教具、輔導與評鑑、研究與發展、進修與考察、場地與設施、活動與資訊等七大推展方向。實際的做法則有加強教師培訓及推廣教材、鼓勵研發創意教材教具、訪視學校改進缺失、辦理各式身心障礙者體適能活動營，增加身心障礙者參與運動的活動機會，以求學生體適能確實提升。而後接續在 2003 年 12 月 16 日頒布「增進適應體育發展方案」，期程自 2004 年至 2008 年，為第三階段的發展方案。方案中確立：加強適應體育活動之推廣、健全適應體育師資進修和培訓、強化

適應體育課程與教學、改善適應體育學習環境、落實適應體育輔導機制五大推展方向。近年來，政府對於適應體育的發展仍持續進行。教育部 2012 年的「推動適應體育教學方案」持續辦理適應體育教師增能研習會、適應體育焦點學校輔導、開發並建置四種障別的教學模式。另外，102 至 105 年度的「教育部中程施政計畫」包括學校特殊體育活動及教學發展，重點包含鼓勵學校招收優秀身心障礙選手、補助學校購置特殊體育器材、推廣特殊體育活動。教育部更在 2013 年公布的「體育運動政策白皮書」，規劃我國未來適應體育的十年大計，除了將營造更友善的學習環境，提倡零拒絕的運動學習權外，並期望未來能真正排除身心障礙學生運動學習的障礙（李偉清、周俊良，2013）。

### 肆、台灣適應體育面臨的問題

台灣的適應體育推展至今已逾 20 年，在教育主管單位、適應體育學者專家與學校的教育人員推動下，雖已奠下實質基礎，惟隨著時空的改變，特殊需求學生的人數增加，障礙類別的多元與回歸主流政策中，教育現場老師所面對的挑戰是前所未有。特別是擔任高中職以下的體育或特殊教育教師，在面對特殊教育需求學生的體育課程教學中，陷入教然後知不足的困境中。且在全面推展適應體育的過程中也面臨以下一些問題。

#### 一、缺乏法令的配合

我國特殊教育法與美國最大的差別在於未將體育教學明定為

特殊教育的必要部分。然而，從美國執行適應體育教學對身心障礙學生的成效來看，學生在身體健康、自信心、社會的接納方面，都有實證性的效益。所以對身心障礙者而言，體育教學是不可或缺的一環。因此應將適應體育教學納入法規內容，擬定身心障礙學生的個別化體育教學計畫，使適應體育在實施上有所依據。

#### 二、師資培育的限制

國內適應體育師資缺乏，使身心障礙學生體育教學流於形式或自由活動（莊美鈴、林曼蕙，1998）。雖然國立體育大學於 2002 年成立國內唯一適應體育學系，但由於師資培育法的限制，致使學生在適應體育專業訓練後，無法到學校擔任適應體育教學工作，形成人力資源養成的浪費。現今國內特殊教育的發展已由隔離式走向融合的趨勢，有 64.8% 身心障礙學生融入在一般的班級（陳麗如，2004），體育教師將面對各種不同障礙類別的身心障礙學生。目前國內適應體育教師大多未曾修習適應體育相關課程（康世平、闕月清、姚漢禱、游添燈，1996），雖然近年來逐漸加強短期教師在職進修或研討活動，但對適應體育的推廣仍有極大的限制。

#### 三、專家養成不足

適應體育的推展與實施，一個重要的因素就是適應體育專家的栽培，目前國內僅有少數人專攻此一領域。雖然教育部近年來開設適應體育學門公費留學生，提供出國進修機會，但以國內廣大身心障礙

者需求而言，專家的栽培仍有嚴重不足之現象。專家的養成是觀念倡導、專業研究及師資培育的基石，而一位專家的養成往往需要長久時間與資源，所以教育主管單位當更重視此一問題，建立多元適應體育專家培育管道。

#### 四、相關資源整合欠缺

國內在適應體育的推展，除了師資的培育之外，其他相關的資源也須整合在一起。如身心障礙學生體育教材教具的添置，無障礙的教學環境設施的改善，政府應提供經費資源的補助。相關專業人員的合作，協助身心障礙學生的評估、安置與輔導。身心障礙學生適用的動作能力與體適能評量工具的建立與引進，才能使建立個別化體育教學有所依據。適應體育課程的訂定、教材教具的開發設計、及教學方法及設備器材的調整，才能達成適應體育的成效。學校、家庭、社會的結合，才能拓展適應體育的延續性。這些相關資源的整合，目前尚未完備，需要投入更多的努力。

#### 五、基本權益未受重視

在美國，「最少限制教育環境」的安置，是基於對每個身心障礙學生受教權的保障，也是政府、教育單位、社會、家長及學生一致的共識。家長可以對學校不當的安置，進行適當法律程序 (due process) 的訴求。反觀國內對身心障礙學生的安置，並無一定的共識，一般學校並不了解「最少限制的教育環境」的意涵，有些身心障礙學生的家長並不明瞭自身的權益，甚至社會大眾對身心障礙者有抱持有負

面的評價，這些不正確的態度及權益的漠視，間接阻礙了適應體育的推展。

#### 伍、未來台灣適應體育推展的方向

Sherrill (2004) 認為，雖然投注在每位身心障礙學生所花的經費是一般學生的 2.3 倍，如果沒有提供適應體育的教學服務，整個社會將付出更大的代價。因此，歸納美國推展適應體育相關政策及國內的實施現況，筆者提出以下作為我國今後推展適應體育的努力方向。

##### 一、法規的執行

雖然台灣不像美國一樣，將體育明定為特教的必要部分，但是這並不意謂身心障礙學生的體育教學應該被免除或減少，若學生被評定為需要適性的體育活動，學校的 IEP 小組應擬定符合學生學習目標的體育教學 IEP。

##### 二、專業人才的培育

適應體育的教學及學生 IEP 的擬定，需要專業的人才。國內大專校院師資培育單位、特教系及體育系應提供適應體育課程，研究所應培養適應體育的專業人才，並多辦理適應體育在職進修或研習活動。也應建立培養專業適應體育教師之職前課程，及修訂目前師資培育法規，排除適應體育教師任用之障礙，以提升適應體育之教學效能，讓身心障礙學生獲得合適的體育課程。

##### 三、評量工具的建立

擬定身心障礙學生體育教學 IEP，首先要有適當的評量工具以鑑定其身體發展與動作能力的問

題癥結。缺少這種步驟，就不具個別化和適性化的科學基礎。目前國內需要建立適合我國身心障礙者身體活動及體適能評量工具或引進外國的具有信效度的評量工具。

四、訂定適應體育國家標準及證照制度

美國於 1995 年發展適應體育國家標準，1996 年完成適應體育教師證照制度，為美國適應體育的發展奠定重要的基石。未來國內可將適應體育國家標準及證照制度與適應體育師資培育相配合，進而提升適應體育師資的專業水準。

五、積極觀念的倡導

人人具有享受高品質體育教學的權利，社會大眾應在態度、生活型態及建築設備上提供身心障礙者一個接納的環境。家長、學生、學校及教育單位體認身體活動對於身心障礙學生的重要性，提供符合身心障礙學生需求的體育教學。

### 參考文獻

林幸台、林寶貴、洪麗瑜、盧台華、楊瑛、陳紅錦 (1994)。我國實施特殊兒童個別化教育方案之策略研究。國立高雄師範大學特殊教育中心。

李偉清、周俊良 (2013)。適應體育師資之培育與增能。《學校體育》，135，7-12。

教育部 (2013)。《特殊教育法》。台北：教育部。

教育部體育司 (2010)。學校適應體育的推動理念與作法。《學校體育》，120，2-4。

陳麗如 (2004) 特殊教育論題與趨

勢。臺北市：心理出版社。

莊美鈴、林曼蕙 (1998)。身心障礙學生的適應體育：智能障礙類。《適應體育導論》。台北市：師大體研中心。

康世平、關月清、姚漢禱、游添燈 (1996)。各級學校特殊體育教學現況。台北市：國立臺灣師範大學學校體育研究與發展中心。

關月清、游添燈 (1998)。適應體育的理論與基礎。《適應體育導論》。台北市：師大體研中心。

Auxter, D., Pyfer, J., Zittel, L., & Roth, K. (2010). *Principles and methods of adapted physical education and recreation*. (11<sup>th</sup> ed.). Boston: McGraw Hill.

Block, M. E. (1999). Are children with disabilities receiving appropriate physical education. *Teaching Exceptional Children*, 31 (3), 18 - 23.

Bruininks, R. H. (2005). *Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency: Examiner's manual* (2<sup>nd</sup> ed.). Minneapolis, MN: NCS Pearson.

Dunn, J., Morehouse, J., & Fredericks, H. (1986). *Physical education for the severely handicapped: A systematic approach to a data-based gymnasium*. Austin, TX: PRO-ED.

Henderson, S. E., Sugden, D. A., & Barnett, A. L. (2007). *Movement Assessment Battery*

- for Children* (2<sup>nd</sup> ed.). Strand, London: Pearson Assessment.
- Kelly, L. (1995). *Adapted Physical Education National Standards*. Champagne, IL: Human Kinetics.
- Louisiana Department of Education (2001). *Competency Test for Adapted Physical Education (CAPE)*. Baton Rouge, LA: Author.
- National Consortium for Physical Education and Recreation for Individual with disabilities (NCPERID). (2006). *Adapted Physical Education National Standards* (2<sup>nd</sup> ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sherrill, C. (2004). *Adapted physical activity, recreation and sport – Crossdisciplinary and lifespan*. (5<sup>th</sup> ed.). Boston: WCB and McGraw Hill.
- Sherrill, C. & DePauw, K. P. (1997). Adapted physical activity and education. In J. D. Massenple & R. A. Swanson (Eds.), *The history of exercise and sport science* (pp. 39-108). Champagne, IL: Human Kinetics.
- Texas Association for Health, Physical Education, Recreation & Dance. (2005). *Adapted Physical Education Manual of Best Practices: Administrative Guidelines & Policies*. TAHPERD.
- Ulrich, D. A. (2000). *Test of Gross Motor Development* (2<sup>nd</sup> ed.). Austin, TX: PRO-ED.
- Wessel, J. (1976). *I CAN—Primary Skills*. Northbrook, IL: Hubbard.
- Winnick, J., & Short, F. (1999). *The Brockport Physical Fitness Test Manual*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Yell, M. L. (1997). Education and the law. *Preventing School Failure*, 41, 185-187.